

**KORELASI MENSTRUASI DAN *DISMENORE* DENGAN PARTISIPASI  
SISWI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS**

**(Studi pada siswi SMP Negeri 10 Bandung)**

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



oleh

Siti Anisa  
NIM 1607738

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI**

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2020**

PENGESAHAN

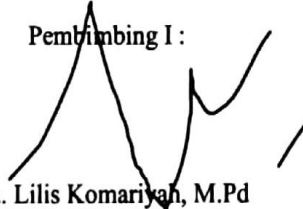
SITI ANISA

KORELASI MENTRUASI DAN *DISMENORE* DENGAN PARTISIPASI SISWI  
DALAM PEMBELAJARAN PENJAS

(Studi pada siswi SMP Negeri 10 Bandung)

disetujui dan disahkan oleh Pembimbing :

Pembimbing I :



Dra. Lilis Komariyah, M.Pd

NIP. 195906281989012001

Pembimbing II :



dr. Ikbal Genter Alam, M.Kes.

NIP. 197610152008011000

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Yusuf Hidayat, M.Si

NIP. 196808301999031001

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “ **KORELASI MENSTRUASI DAN DISMENORE DENGAN PARTISIPASI SISWI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS**” ini berserta seluruh isinya adalah benar benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 12 Agustus 2020

Yang membuat pernyataan,



Siti Anisa

NIM 1607738

## UCAPAN TERIMAKASIH

*Alhamdulillahirrobbil'allamiin*, Segala puji dan syukur penulis panjatkan kekhadirat Allah SWT yang Maha *Rahman Rahim*, Atas kasih sayang-Nya penulis dapat menyusun tugas akhir skripsi dengan judul “ Korelasi Menstruasi dan *Dismenore* dengan partisipasi siswi dalam pembelajaran Penjas” dapat diselesaikan. Dalam penulisan skripsi ini banyak sekali hambatan dan segala keterbatasan, namun berkat rahmat dan sifat *An Nasiir-Nya* Allah SWT serta bantuan dari segala pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, dalam kesempatan yang berbahagia ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yaitu :

1. Kepada kedua orang tua, Alm Bapak Rohman dan Ibu Mimi yang senantiasa memberi doa dan dukungannya untuk anaknya yang tercinta ini. Semoga Alm Abah mendapatkan nikmat kubur dan untuk Ibuku yang tercinta, terimakasih telah melahirkanku semoga Allah SWT selalu memberikan kasih-Nya. Terimakasih telah memberikan kasih sayang dan perhatian serta didikan yang membuat saya dapat menyelesaikan perjuangan ini.
2. Kepada kakak saya, Siti Aisah yang saya sayangi. Terimakasih atas doa dan semangatnya yang telah bersedia menyayangi adiknya ini, doa, tenaga dan materil yang diberikan kepada saya semoga menjadi ladang pahala yang tiada putusnya.
3. Kepada Pejabat UPI, terutama pejabat FPOK, Khususnya Bapak Prof. Adang Suherman, MA. Selaku Ketua Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPI Bandung atas izin dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada Dr. Eka Nugraha, M.Kes, AIFO selaku ketua jurusan Pendidikan Olahraga, atas izin dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Dr. Yusuf Hidayat M.Si selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, atas izin dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepada Ibu Dra. Lilis Komariyah, M.Pd selaku pembimbing I dan Kepada Bapak Dr. Ikbal Gentar Alam, M.Kes selaku pembimbing II yang memberikan arahan, dorongan dan petunjuknya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. Kepada Bapak Dr. Helmy Fimansyah, M.pd dan Bapak Arif Wahyudi, S.Pd sebagai dosen pembimbing akademik yang telah membantu dalam proses perkuliahan sejak semester pertama hingga selesainya skripsi ini.
8. Kepada staf Dosen dan Asisten Dosen FPOK UPI yang telah memberikan Ilmunya dan didikannya kepada penulis selama proses perkuliahan.
9. Kepada Bapak Asep Sudrajat, SE.S.Pd.M.M.Pd selaku Kepala SMPN 10 Bandung yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian.
10. Kepada Bapak Machdi Mulyono, S.Pd dan Bapak Dirman Budiman, M.Pd selaku guru PJOK SMPN 10 Bandung yang telah membantu dan memeberikan izin dalam pengambilan data penelitian.
11. Peserta didik SMPN 10 Bandung yang telah membantu saya dalam memperoleh data dalam penyusunan skripsi ini
12. Heni Endriyani, Milda Sulastri, Mutia Muhardiyanti, sahabat yang selalu membantu dalam segala keadaan, semoga Allah membalas kebaikan kebaikan yang telah mereka berikan.
13. Teman teman UKM Hockey UPI yang selalu menjadi tempat penulis melepaskan penat selama pengerjaan skripsi ini
14. Teman teman PJKR khususnya kelas PJKR D yang telah berjuang bersama dalam mengikuti perkuliahan sehingga penulis bisa dititik ini
15. Teman teman Pelatda Jabar cabang olahraga Hockey indoor yang memotivasi, memberikan dukungan untuk tetap mengerjakan skripsi ini.
16. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang membantu kelancaran dalam pengerjaan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

Tidak ada yang bisa penulis berikan selain doa dan harapan, Semoga Allah SWT membalas kebaikan dan menjadikan pahala yang berlipat ganda.  
*Jazakallah Khairan katsiran*

# Korelasi Menstruasi Dan *Dismenore* Dengan Partisipasi Siswi Dalam Pembelajaran Penjas

( Studi Pada Siswi SMPN 10 Bandung)

Siti Anisa

E-mail: sitianisa@student.upi.edu

PJKR Studies Program, Indonesia University of Education

Supervisor I: Dra. Lilis Komariyah, M.Pd

Supervisor II: dr. Ikbal Gentar Alam M.Kes

## ABSTRAK

Pendidikan Jasmani kesehatan olahraga merupakan salah satu bentuk usaha untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Dewasa ini banyak sekali siswi perempuan yang mengeluh sakit pada saat pembelajaran dikarenakan *dismenore* sehingga partisipasi belajar terganggu khususnya pembelajaran penjas. Oleh karena itu penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui hubungan menstruasi dan *dismenore* dengan partisipasi siswi dalam pembelajaran penjas. Metode penelitian ini menggunakan jenis deskriptif korelasional dengan menggunakan metode kuantitatif, teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 39 siswi kelas 9 di SMPN 10 Bandung, alat pengumpulan data berupa kuesioner menggunakan *google form*. Berdasarkan hasil analisis data diketahui nilai probabilitas  $0,257 > 0,05$  menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara menstruasi dengan partisipasi belajar. Sedangkan hubungan antara *dismenore* dengan Partisipasi belajar, diketahui nilai probabilitas  $0,018 < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *dismenore* dengan partisipasi belajar. koefisien korelasi  $-0,378$  dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan antara *dismenore* dengan partisipasi belajar penjas pada siswi SMPN 10 Bandung. Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi atau semakin sakit *dismenore* maka semakin rendah partisipasi belajar siswi.

Kata Kunci :Menstruasi, *Dismenore*, Partisipasi Pembelajaran Penjas

## **MENSTRUAL AND *DYSMENORRHEA* CORRELATION WITH STUDENT**

### **PARTICIPATION IN PHYSICAL EDUCATION LEARNING**

**(Study at SMPN 10 Bandung Girls)**

Siti Anisa

E-mail: sitianisa@student.upi.edu

PJKR Studies Program, Indonesia University of Education

Supervisor I: Dra. Lilis Komariyah, M.Pd

Supervisor II: dr. Ikbal Gentar Alam M.Kes

#### **ABSTRACT**

Sports education Physical health is one form of effort to create an atmosphere of learning and learning process so that students actively develop their potential. In the process, teaching and learning activities in schools are greatly influenced by the physical condition of students who can mobilize maximum participation in learning. Today many female students complain of pain during learning due to dysmenorrhea so that participation in learning is disrupted, especially physical education. Therefore this research was conducted aiming to determine the relationship between menstruation and dysmenorrhea with student participation in physical education learning. This research method uses descriptive correlational type using quantitative methods, the technique used in this study uses a purposive sampling technique with a sample of 39 class 9 female students at SMPN 10 Bandung, a data collection tool in the form of a questionnaire using Google forms. Based on the results of data analysis, it is known that the probability value of  $0.257 > 0.05$  shows that there is no significant relationship between menstruation and learning participation. While the relationship between dysmenorrhea and learning participation, it is known that the probability value of  $0.018 < 0.05$  indicates that there is a significant relationship between dysmenorrhea and learning participation. the correlation coefficient of  $-0.378$  can be interpreted to have a significant relationship between dysmenorrhea and physical education participation in female students of SMPN 10 Bandung. a negative sign on the correlation coefficient indicates that the higher or more sick dysmenorrhea, the lower the participation of student learning.

Keyword : Menstrual, *Dysmenorrhea*, Participation In Physical Education Learning

## DAFTAR ISI

PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar belakang Masalah .....	1
1.2 Batasan Masalah .....	5
1.3 Rumusan Masalah.....	6
1.4 Tujuan .....	6
1.5 Manfaat .....	6
1.6 Struktur Organisasi Skripsi.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
2.1 Menstruasi.....	9
2.1.1 Hakikat menstruasi.....	9
2.1.2 Usia Menarche Perempuan .....	10
2.1.3 Siklus menstruasi dan fase menstruasi.....	12
2.1.4 Fase menstruasi .....	12
2.1.5 Kelainan Menstruasi.....	14
2.2 <i>DISMENORE</i> .....	17
2.2.1 Pengertian <i>Dismenore</i> .....	17
2.2.2 Macam-macam <i>Dismenore</i> .....	17
2.2.3 Faktor penyebab <i>Dismenore</i> .....	19
2.2.4 Tingkat nyeri haid .....	20
2.3 Partisipasi.....	24
2.3.1 Pengertian partisipasi .....	24
2.3.2 Ciri-ciri partisipasi .....	25
2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi .....	26
2.4 Pendidikan Jasmani.....	27



2.4.1	Pengertian pendidikan jasmani .....	27
2.6	hipotesis penelitian.....	29
BAB II METODE PENELITIAN .....		30
3.1	Desain Penelitian .....	30
3.2	Partisipan.....	30
3.3	Populasi dan sampel.....	31
3.4	Insrumen Penelitian .....	33
3.4.1	Penyusunan Instrumen Penelitian .....	33
3.4.2	Uji Coba Angket .....	37
3.4.3	Validitas dan realibilitas.....	37
3.5.1	Langkah-langkah penelitian .....	42
3.5.2	Identifikasi Jenis Variabel.....	43
3.6	Analisis data.....	44
3.6.1	Uji Normalitas .....	44
3.6.2	Uji homogenitas .....	44
3.6.3	Uji Linearitas.....	45
3.6.4	Uji korelasi .....	45
BAB IV PEMBAHASAN .....		47
4.1	Pengolahan Dan Analisis Data.....	47
4.1.1	Deskripsi data penelitian .....	47
4.1.2	Uji Normalitas .....	52
4.1.3	Uji Homogenitas .....	52
4.1.4	Uji Linearitas.....	53
4.1.5	Uji Korelasi .....	54
4.2	TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....	60
4.2.1	Hubungan Antara Menstruasi Dengan Partisipasi Siswi Dalam Pembelajaran Penjas .....	61
4.2.2	Hubungan <i>Dismenore</i> Dengan Partisipasi Siswi Dalam Pembelajaran Penjas .....	62
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....		64
5.1	Kesimpulan .....	64
5.2	Implikasi.....	64
5.3	Rekomendasi .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....		66

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	69
------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert, Sugiyono (2014, Hlm.135).....	34
Tabel 3.2 Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ).....	36
Tabel 3.3 Kisi Kisi Instrumen Keith Davis, Human Relation At Work .....	37
Tabel 4.4 Uji Validitas Angket .....	40
Tabel 4. 5 Uji Validitas Uji Coba Angket Partisipasi .....	40
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Angket Dismenore.....	42
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Angket Pertisipasi .....	42
Tabel 3.8 Interpretasi Koefisien Korelasi .....	46
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden .....	47
Tabel 4.10 Disetribusi Frekuensi Berdasarkan Imt Responden .....	48
Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia <i>Menarche</i> .....	48
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Menstrusi .....	49
Tabel 4.13 Disetribusi Frekuensi Berdasarkan Siklus Menstruasi.....	49
Tabel 4.14 Disetribusi Frekuensi Dismenore .....	50
Tabel 4.15 Disetribusi Frekuensi Partisipasi Dalam Pembelajaran Penjas.....	51
Tabel 4.16 Disetribusi Frekuensi Kesegaran Jasmani Responden.....	51
Tabel 4.17 Distribusi Frekuensi Nilai Pjok.....	52
Tabel 4.18 Uji Normalitas.....	52
Tabel 4.19 Uji Homogenitas .....	53
Tabel 4.20 Uji Linearitas.....	54
Tabel 4.21 Tabulasi Korelasi Variabel Dengan Data Demografi .....	54
Tabel 4.22 Hubungan Menstruasi Dengan Dismenore .....	56
Tabel 4.23 Korelasi Menstruasi Dengan Partisipasi Belajar.....	56
Tabel 4.24 Korelasi <i>Dismenore</i> Dengan Partisipasi Belajar .....	57
Tabel 4.25 Uji Hipotesis .....	58

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Skala Penilaian Nyeri Visual Analog Scale .....	23
Gambar 2.3 Skala Penilaian Nyeri Numeral Rating Scale.....	24
Gambar 2.4 Skala Penilaian Faces Pain Score .....	24
Gambar 2.5 Skema Kerangka Berpikir .....	30
Gambar 3.1 Face Pain Score .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Penelitian Dan Sk .....	65
Lampiran 2. Instrumen Penelitian .....	74
Lampiran 3 Data Hasil Uji Validitas Dan Reabilitas .....	87
Lampiran 4 Data dan Pengolahan Data.....	90
Lampiran 5 hasil Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Linearitas, Dan Uji Korelasi .....	92

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, Bambang, & Darajat, Jajat. (2014). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas, Lengkap Dengan Perhitungan SPSS*. Bandung: CV. Bintang Warliartika
- Abduljabar. (2009). *Modul Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung : FPOK UPI
- Ahmad Rizal Mufti. (2012). *perbandingan Pembelajaran Senam aerobik dengan line dance terhadap partisipasi belajar penjas di sekolah*. Thesis. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Aishah, S, (2011). *Hubungan antara Status Gizi dengan Usia Menarche pada Siswa Sekolah dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Shafiyatul Amaliyah Medan Tahun 2011*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara. Medan
- Amirullah, Hari. (2009). *Dimensi Kecakapan Hidup (life skill) dalam pembelajaran pendidikan jasmani*. [online]. Vol.6.(2), hal. 19-26. Tersedia: <http://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/pdf>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT
- Ariyani, R. Tarwoto. Wartonah. (2009). *Anatomi & Fisiologi untuk Mahasiswa*. Jakarta: Trans Info Media.
- Charu S, Amita R, Sujoy R, Thomas GN. (2012). Mestrual Characteristics and Prevalence and Effect of Dysmenorrhea on Quality of Life of Medical Students. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 4(4): 275-294.
- Citrawathi, Desak Made. (2014). *Sistem Reproduksi Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Creswell, John W. (2014). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. YOGYAKARTA : PUSTAKA PELAJAR

- Departemen Pendidikan Nasional, 2003, *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003*, tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta : Depdiknas.
- Giriwijoyo, Santosa dan Sidik, Z.D. (2012). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung : PT. Karyamanunggal Lithomas
- Irianto, P.(2017). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : CV. Andi Offset
- Khamzah, Siti Nur .(2015). *Tanya jawab meputar Menstruasi*. Yogyakarta: FlashBooks
- Laila, N. (2017). *Buku pintar menstruasi: solusi mengatasi segala keluhannya*. Jogjakarta: Buku Biru
- Laila, N. N. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Lilis Komariyah. (2004) *Motivasi dan Partisipasi Lanjut Usia dalam Olahraga Kesehatan Serta Kontribusinya Terhadap Kebugaran Jasmani*, Tesis, Bandung, Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia
- Mahendra, Agus. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani*.Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Mahendra, Agus. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani*.Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Margaret A dan Manjubala D. (2016).*Relationship between BMI and dysmenorrhea among adolessents in a collange of nursing at puducherry, India*.intres j med science 4(3):4-6
- Ningsih .(2011). *Efektifitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore Di SMAN Kecamatan Curup* [tesis]. Jakarta: Universitas Indonesia.

- Potter & Perry. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4 volume 1. EGC. Jakarta
- Prawirohardjo, Sarwono. (2008). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Rembeck, G. I., Möller, M., & Gunnarsson, R. K. (2016). *Attitudes And Feelings Forwards Menstruation And Woman hood in Girls at Menarche*. Acta Paediatrica.[Offline]. Vol 95(6), 707- 714
- Rizki Pardela, Anisa .(2019). *Pengaruh Menstruasi terhadap Performance Atlet Bolabasket*. [online]. Vol.11.(2),hal.94. tersedia <https://ejournal.upi.edu/index.php/JKO/article/view/20320>
- Saraswati Sylvia. (2010). *Penyakit Perempuan*. Yogyakarta: Kata Hati
- Steinberg, L. (2009). *Age Differences In Future Orientation and Discounting: Child Development*. [online]. Vol.80, Number 1, Pages 28-44.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Surya, Mohammad. (2015). *Strategi Kognitif Dalam Proses Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta Bandung
- Tarigan, Beltasar. (2016). Pendidikan Jasmani Adaptif. Bandung: FPOK UPI.
- Wijayanti. Daru. (2009). *Fakta Penting Seputar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jogjakarta: Book Marks